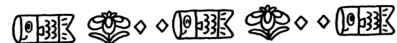
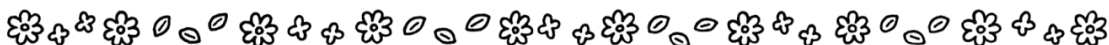


平成30年度 5月 予定献立表



日	曜日	献立名	昼食			おやつ		栄養表示	
			献立名	材料名	献立名	材料名	幼児	乳児	
1	火	中華丼 わかめスープ 春雨と鶏ささ身肉の炒め物	胚芽精米、ごま油 ごま 春雨、ごま油	豚もも肉、うずらの卵 わかめ 鶏ささ身肉	白米、人参、玉葱、干し椎茸、葱、生姜、鶏さや 葱 人参、いんげん 果物	プレーンケーキ 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー 油、バター 牛乳	①617 ②18.6 ③19.1 ④2.0	①530 ②16.2 ③16.4 ④1.8
18	金	たぬきうどん 鶏肉の生姜醤油煮 ひじきと春野菜の昆布茶サラダ	生うどん、揚げ玉 ごま油	鶏もも肉 ひじき	白菜、人参、葱 生姜 スナップえんどう、葱、そら豆、人参 果物	アーモンドシュガーパイ 牛乳	パイ皮 アーモンドスライス バター	①513 ②19.1 ③21.1 ④2.5	①425 ②16.0 ③17.4 ④2.1
8	火	ピラフ ブロッコリーとしめじのスープ カレイのバター焼き スクランブルエッグ	精白米、バター、コーン缶 バター 油	ハム カレイ 卵、牛乳	人参、玉葱、グリーンピース ブロッコリー、しめじ 玉葱、ピーマン、赤パプリカ、果物	8日 誕生ケーキ 22日 米粉ブラウニー 調整豆乳	8日：ショートケーキ 22日：上新粉 バター、ココス、ミルクチョコレート 牛乳、ベーキングパウダー	①591①591 ②232②226 ③192③17.1 ④2.3④2.4	①504①481 ②20.2②19.2 ③16.7③14.2 ④2.0④2.0
9	水	ごはん 豆腐とにらのスープ 味噌焼肉 青梗菜と大豆もやしのナムル	胚芽精米 油 ごま、ごま油	絹豆腐 豚肩ロース肉 鶏ささ身肉	ニラ 玉葱 青梗菜、大豆もやし、人参、果物	いちごジャムトースト 牛乳	食パン マーガリン いちごジャム	①587 ②20.4 ③20.0 ④1.6	①507 ②17.4 ③17.0 ④1.4
10	木	ウイナーパン アスパラのスープ マカロニグラタン お豆と茄子のトマト煮	ウイナーパン マカロニ、バター、パン粉、小麦粉 オリーブ油	ベーコン、牛乳、チーズ 大豆水煮、ひよこ豆	アスパラガス、玉葱 玉葱、マッシュルーム、パセリ トマト缶、茄子、玉葱、果物	新じゃがのフライドポテト 麦茶	新じゃが芋 油	①515 ②17.8 ③21.1 ④2.4	①417 ②14.1 ③17.0 ④2.1
11	金	さくらごはん 納豆汁 鶏肉のゆかり焼き 春キャベツと桜海老の炒め物	胚芽精米 小麦粉、ごま ごま油	鶏もも肉 桜海老、干し海老	挽割納豆、葱 ゆかり 春キャベツ、人参、果物	カナッパ 牛乳	クラッカー 生クリーム みかん缶 チョコスプレー	①533 ②20.4 ③15.0 ④2.1	①457 ②18.3 ③12.7 ④1.8
12	土	ごはん ごぼうのすまし汁 鯖の味噌煮 ブロッコリーと人参の塩昆布和え	精白米	鯖 塩昆布	果物 牛蒡、絹さや 生姜 ブロッコリー、人参	ツイストドーナッツ 牛乳	ツイストドーナッツ	①526 ②18.6 ③12.5 ④1.5	①441 ②14.0 ③11.9 ④1.1
14	月	醤油ラーメン グリーンピース入り一口蒸し 筍と豚肉のオイスターソース炒め	生中華麺、ごま油 ごま油 ごま油	わかめ 鶏挽肉 豚肩ロース肉	もやし、人参、葱 玉葱、葱、グリーンピース、生姜 葱、人参、ニラ、にんにく、生姜 果物	抹茶蒸しパン 牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー 脱脂粉乳 牛乳、油 抹茶、甘納豆	①562 ②23.3 ③14.8 ④2.3	①478 ②19.5 ③12.6 ④1.9
15	火	クロワッサン トマトと春キャベツのスープ 鶏肉のマヨネーズ焼き かぶとチーズのサラダ	クロワッサン マヨネーズ 油	鶏もも肉 ベーコン、チーズ	トマト、春キャベツ、パセリ かぶ、人参、かぶ菜、果物	ひじきおにぎり かみかみにぼし 麦茶	うるち米、ひじき 椎茸、コーン 人参 にぼし	①516 ②16.8 ③21.5 ④2.3	①415 ②13.7 ③17.1 ④2.1
16	水	鱈の蒲焼き丼 なめこの味噌汁 南瓜のそぼろ煮	胚芽精米、油、小麦粉	鱈、焼き海苔 鶏挽肉	なめこ、わけぎ 南瓜、絹さや 果物	そら豆クッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 牛乳 そら豆	①624 ②20.6 ③18.8 ④1.8	①547 ②18.7 ③16.2 ④1.7
17	木	カレーライス 茄子と玉葱の味噌汁 生揚げのサラダ	胚芽精米、じゃが芋、油、バター、小麦粉 油	豚肩ロース肉 生揚げ	人参、玉葱、にんにく、生姜 茄子、玉葱 人参、アスパラガス 果物	カルピスゼリー 青のりポップコーン 麦茶	カルピス ゼラチン ポップコーンの素、油 青海苔、バター	①542 ②17.1 ③14.5 ④2.3	①447 ②14.6 ③12.0 ④1.9
19	土	キャロットパン かぶのポターージュ ハンバーグ スパゲッティーサラダ	キャロットパン 小麦粉、バター 油、生パン粉 サラダスパゲッティー、オリーブ油	牛乳 豚挽肉 ハム	かぶ、玉葱、かぶ菜 玉葱 きゅうり、人参、ミニトマト、果物	しらす粥 麦茶	白米 しらす干し ほうれん草	①538 ②22.5 ③19.8 ④2.4	①445 ②18.8 ③16.7 ④2.2

【端午の節句 行事食】



2	水	こいのぼりパン かぶのポターージュ お花ハンバーグ 吹き流しスパゲッティーサラダ	こいのぼりパン 小麦粉、バター 油、生パン粉 サラダスパゲッティー、オリーブ油	牛乳 豚挽肉 ハム	かぶ、玉葱、かぶ菜 玉葱、アスパラガス きゅうり、人参、ミニトマト、果物	柏餅 麦茶	上新粉 白玉粉 小豆	①599 ②22.6 ③20.7 ④1.9	①495 ②18.9 ③17.3 ④1.8
---	---	---	--	-----------------	--	----------	------------------	--------------------------------	--------------------------------



5月の郷土料理【静岡県】は11・25日の『さくらごはん』です。

①熱量kcal
②蛋白質g
③脂質g
④塩分g